

Implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen

Schuler, Michael; Bluemke, Matthias; Meng, Karin; Faller, Hermann

Veröffentlichungsversion / Published Version

Konferenzbeitrag / conference paper

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:

GESIS - Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Schuler, M., Bluemke, M., Meng, K., & Faller, H. (2015). Implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen. In 24. Rehabilitationswissenschaftliches Kolloquium, Deutscher Kongress für Rehabilitationsforschung: Psychische Störungen - Herausforderungen für Prävention und Rehabilitation vom 16. bis 18. März 2015 in Augsburg ; Tagungsband (pp. 234-235). Berlin: Deutsche Rentenversicherung Bund.
<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-67556-6>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

Implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen

Schuler, M. (1), Blümke, M. (2), Meng, K. (1), Faller, H. (1)

(1) Abteilung für Medizinische Psychologie, Medizinische Soziologie und Rehabilitationswissenschaften, Universität Würzburg, (2) Psychologisches Institut, Universität Heidelberg

Hintergrund und Fragestellung

Die Initiierung und Aufrechterhaltung regelmäßiger körperlicher Aktivität ist ein zentrales Therapieziel in der Rehabilitation chronischer Rückenschmerzen. Vielen Rehabilitanden fällt es jedoch schwer, regelmäßige körperliche Aktivität im Alltag aufrechtzuerhalten (z. B. Reuter et al., 2009). Explizit geäußerte Intentionen zu gesundheitsbewusstem Verhalten am Ende der medizinischen Rehabilitation sagen nur schwach tatsächliches Gesundheitsverhalten vorher („Intentions-Verhaltenslücke“) (Webb, Sheeran, 2006). Nach sog. „Dual-Prozess“-Modellen wird Verhalten jedoch nicht nur von expliziten Einstellungen und bewussten Intentionen bestimmt, sondern auch durch implizite Einstellungen, die spontanen und eher nichtbewussten Affekt repräsentieren (Sheeran et al., 2013). Sie werden über objektive Reaktionszeiten erfasst, gelten als relativ unabhängig von expliziten Einstellungen und sagen regelmäßig Verhalten vorher, das der reflexiven Kontrolle nur unvollständig unterliegt. Frühere Forschung an der Allgemeinbevölkerung (Blumke et al., 2010) zeigte bereits, dass implizite Einstellungen zu körperlicher Aktivität zwischen gesunden Personen, die viel Sport treiben, und solchen, die nur wenig Sport treiben, differenzieren. Die bisherige Forschung und Interventionsentwicklung in der medizinischen Rehabilitation bezieht sich ausschließlich auf intentionales Verhalten bzw. motivationale und volitionale Verhaltensdeterminanten (z. B. Schwarzer et al., 2008).

In der vorliegenden Studie wird geprüft, ob der Single-Target Implicit Association Test (ST-IAT) zur Messung impliziter Einstellungen zu körperlicher Aktivität bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen geeignet ist. Es werden die folgenden Fragestellungen geprüft: Weisen mit dem ST-IAT erfasste implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität signifikante Zusammenhänge mit tatsächlicher körperlicher Aktivität auf? Bleiben diese Zusammenhänge bestehen, wenn gleichzeitig explizite Einstellungen zur Vorhersage der körperlichen Aktivität beachtet werden?

Methode

Querschnitterhebung bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen in 2 Kooperationskliniken. Zu Beginn der Rehabilitation wird ein ST-IAT bearbeitet. Im Anschluss werden mittels Fragebogen die körperliche Aktivität (Freiburger Fragebogen zur körperlichen Aktivität), explizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität und weitere mögliche Moderatorvariablen (HAPA-Skalen) erfasst. Die Zusammenhänge werden mittels Korrelations- und Regressionsanalysen berechnet.

Ergebnisse

Es konnten $n=89$ Patienten mit chronischen Rückenschmerzen in die Studie eingeschlossen werden. Es fanden sich signifikante Zusammenhänge in erwarteter Höhe zwischen ST-IAT-Messungen und Freizeit-, Sport- und Gesamtaktivität ($0,23 < r < 0,26$). Auch bei Kontrolle um explizite Einstellungen bleiben Zusammenhänge zwischen impliziten Einstellungen und körperlicher Aktivität signifikant ($p=0,048$).

Diskussion

Es konnte unseres Wissens erstmals gezeigt werden, dass implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität bei Rehabilitanden mit chronischen Rückenschmerzen mittels eines ST-IAT erfasst werden können. Implizite Einstellungen zur körperlichen Aktivität scheinen einen von expliziten Einstellungen unabhängigen Beitrag zur Vorhersage von körperlicher Aktivität zu leisten und könnten ein fehlendes Bindeglied sein, um die Intentionsverhaltenslücke zu schließen. In weiteren Auswertungen sollen theoretische und empirische Beziehungen zu weiteren motivationalen und volitionalen Verhaltensdeterminanten (z. B. HAPA-Skalen [Schwarzer et al., 2008]) untersucht werden. Implizite Einstellungen kommen als weitere proximale Erfolgskriterien in der Reha in Betracht. Hieraus ergeben sich Ansatzpunkte für die Entwicklung innovativer kognitiver Interventionen (Sheeran et al., 2013) zur Modifikation impliziter Einstellungen mit dem Ziel, körperliche Aktivität nachhaltiger zu verankern.

Förderung: Netzwerk Rehabilitationsforschung in Bayern e. V.

Literatur

- Bluemke, M., Brand, R., Schweizer, G., Kahlert, D. (2010): Exercise might be good for me, but I don't feel good about it: Do automatic associations predict exercise behavior? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32. 137-153.
- Reuter, T., Ziegelmann, J.P., Lippke, S., Schwarzer, R. (2009): Long-term relations between intentions, planning and exercise: A 3-year longitudinal study after orthopedic rehabilitation. *Rehabilitation Psychology*, 54. 363-371.
- Schwarzer, R., Luszczynska, A., Ziegelmann, J., Scholz, U., Lippke, S. (2008): Social-cognitive predictors of physical exercise adherence: Three longitudinal studies in rehabilitation. *Health Psychology*, 27. 54-63.
- Sheeran, P., Gollwitzer, P.M., Bargh, J.A. (2013): Nonconscious processes and health. *Health Psychology*, 32. 460-473.
- Webb, T.L., Sheeran, P. (2006): Does changing behavioral intentions engender behavior change? A meta-analysis of the experimental evidence. *Psychological Bulletin*, 132. 249-268.